

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sejak digelarnya kejuaraan piala asia pada tahun 2002 di Indonesia, futsal merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari dan dikenal oleh masyarakat Indonesia. Pada saat itulah futsal berkembang dengan pesat dan tidak sedikit *academy* futsal di Indonesia mulai tercipta. Sejalan dengan berkembangnya, futsal kini menjadi skala prioritas pada pembinaan dalam kegiatan ekstrakurikuler (Hidayat, T, et al 2024). Permainan Futsal tidak hanya sebagai cabang olahraga belaka saja melainkan sudah berubah menjadi gaya hidup/*life style* (Hidayat, T, et al 2024). Futsal kerap digemari dari berbagai macam kalangan usia, dari anak kecil, remaja, maupun orang dewasa. Hal tersebut di dukung oleh beragamanya fasilitas lapangan futsal yang tersebar di berbagai wilayah penjuru Indonesia. Oleh karena itu, futsal menjadi pilihan untuk mengisi waktu luang atau melepas ketegangan dan stres dari pekerjaan (Toha, 2020).

Dalam olahraga futsal, terdapat berbagai macam teknik dasar yang harus dikuasai oleh para pemain diantaranya mengumpan (*passing*), menahan bola (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menembak (*shooting*), dan tentunya menggiring bola (*dribbling*) (Pamungkas, et al 2019). Dari semua teknik demi teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain futsal adalah menggiring bola (Siswandi, E et al, 2018). Menggiring bola (*dribbling*) yang baik dan benar sangat dibutuhkan dalam bermain futsal, dengan menguasai teknik ini maka, akan mempermudah untuk menghindari hadangan lawan. Tidak hanya itu saja, penguasaan bola pun akan terjaga dengan kokoh sehingga menggiring bola (*dribbling*) tidak mudah direbut oleh lawan. Mengingat pentingnya teknik dasar bagi pemain futsal, maka diperlukannya suatu metode latihan yang tepat dan efektif. Seorang pemain harus berlatih secara teratur agar dapat bermain futsal dengan baik dan harus memperhatikan empat aspek latihan yaitu fisik, teknik, taktik dan mental.

Agar mendapatkan prestasi yang maksimal maka salah satunya adalah harus menguasai teknik dasar yang sempurna (Hawindri, B. S, 2016).

Indikator yang menjadi dasar penelitian kali ini datang dari pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti, yaitu penguasaan bola siswa SMA Negeri 25 Bandung yang masih rendah, kejenuhan pemain dalam proses berlatih, kurangnya program latihan yang bervariasi sehingga melahirkan keresahan dan membuat peneliti mengingikan adanya solusi yang tepat. Oleh sebab itu, upaya untuk meningkatkan kualitas *dribbling* peneliti terjun langsung untuk mencari solusi yang tepat.

Melalui variasi latihan *dribbling*, peneliti ingin memberikan perlakuan positif agar kualitas *dribbling* terjadi peningkatan. Menurut Hendri (2011:32) variasi latihan adalah bentuk penyajian atau pelaksanaan kegiatan latihan dengan berbagai bentuk atau metode, guna mencapai suatu tujuan. Dengan kata lain, untuk mencapai suatu tujuan latihan sebaiknya digunakan dengan beragam cara, agar dalam proses latihan tidak timbul rasa kebosanan.

Dari literatur yang peneliti temukan menurut Pranofik (2017) bahwasanya variasi latihan sangat diperlukan dalam semua cabang olahraga. Kemudian, variasi latihan juga dapat meningkatkan ketertarikan dan mempermudah dalam menjalani latihan serta menjadi salah satu penunjang untuk meningkatkan keterampilan (Mahardika & Heynoek, 2019). Dengan diberikanya variasi latihan, pemain akan lebih bersemangat dalam menjalankan latihannya (Yogi, dkk., 2017). Sebab, variasi latihan yang efektif dan efisien harus di gunakan dalam latihan (Wahyudi, 2015).

Bersumber dari pendapat di atas, variasi latihan memiliki perananan penting bagi pemain futsal dalam melakukan proses latihan terutama untuk meningkatkan keterampilan *dribbling*. Dengan kemampuan *dribbling* yang baik, keberlangsungannya suatu pertandingan pun menjadi efektif dan efisien. Pada penelitian lainnya, keterampilan teknik dasar *dribbling* pemain SSB Tarantang Jaya FC U 15-17 tahun mengalami peningkatan setelah diberikan latihan variasi *dribbling* (Ramadhannu, A. P. 2023)

Dalam penelitian terdahulu yang berjudul “kontribusi variasi latihan terhadap keterampilan dasar *passing* dalam permainan futsal” menunjukkan bahwa

Bayu Nugraha, 2024

PENGARUH VARIASI LATIHAN DRIBBLING UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN DRIBBLING PADA PEMAIN FUTSAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

adanya pengaruh dalam meningkatkan teknik dasar *passing* pada tim Orangiro Lotim sebelum diberikan perlakuan dengan menggunakan latihan variasi rintang segitiga.

Berdasar pada teori penelitian tersebut, menginspirasi peneliti untuk meneliti tentang “Pengaruh Variasi Latihan *Dribbling* Dalam Meningkatkan Kemampuan *Dribbling* Pada Pemain Futsal.” maka dari itu, peneliti akan meneliti di salah satu ekstrakurikuler futsal dengan menggunakan metode variasi latihan *dribbling* dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variasilatihan *dribbling* dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* pada pemain futsal.

Kemudian, peneliti akan memberikan *treatment* dengan berbagai program yang telah ditentukan serta beberapa model latihan yang variatif guna menjadi solusi atas permasalahan yang ada pada penelitian ini. Beberapa model latihan yang akan menjadi *treatment* diantaranya, latihan *dribbling* berhadapan, *dribbling diamond*, *dribbling triangle*, *dribbling diagonal*, *dribbling boomerang* dan berbagai bentuk latihan lainnya yang akan diberikan oleh peneliti sebagai penilaian kemampuan *dribbling* tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah penulis kemukakan, maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat pengaruh yang signifikan variasi latihan *dribbling* untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pada pemain futsal?

1.3 Tujuan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang dibuat, maka tujuan dari penelitian ini adalah: Untuk mengetahui pengaruh yang signifikan variasi latihan *dribbling* untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pada pemain futsal

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

Peneliti mengharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta melengkapi komponen latihan yang dapat menunjang meningkatkan kemampuan *dribbling* melalui variasi latihan *dribbling*

Bayu Nugraha, 2024

PENGARUH VARIASI LATIHAN DRIBBLING UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN DRIBBLING PADA PEMAIN FUTSAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.4.2 Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjawab mengenai pengaruh variasi latihan *dribbling* untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pada atlet futsal anggota ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 25 Bandung, kemudian dapat menjadi solusi bagi para pelatih dan pelaku olahraga dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* terutama pada cabang olahraga futsal. Penelitian ini juga mengharapakan semoga dapat dijadikan sebagai inovasi dalam proses latihan bagi para pembaca serta dapat bermanfaat sebagai referensi untuk penelitian berikutnya.

1.5 Struktur Organisasi

Struktur organisasi dalam penulisan ini mengacu pada pedoman Karya Tulis Ilmiah (KTI) UPI Tahun 2021 (Universitas Pendidikan Indonesia, 2021) yang terdiri dari lima BAB. Adapun kandungan dan urutan penulisan setiap BAB. Adapun yang lebih jelas dilihat dibawah ini:

Bab 1 Pendahuluan berisikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi, Bab II Tinjauan Pustaka berisikan tinjauan-tinjauan terkait teknik dasar dan variasi *dribbling* Bab III Metode Penelitian berisikan metode penelitian, desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, analisis data. Bab IV Temuan dan Pembahasan berisikan temuan temuan dan hasil pembahasan terkait hasil penelitian. Bab V Simpulan, Implikasi, Rekomendasi berisikan Simpulan, Implikasi, Saran berisikan atas hasil penelitian